

«СОГЛАСОВАНО»

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МАОУ «СОШ № 7 г. Балашова
Саратовской области»

Индивидуальный предприниматель Поляков А.М.

Н.Н. Шехматова

А.М. Поляков

«01» апреля 2025 года

«01» апреля 2025 года

- для обучающихся детей инвалидов, детей-сирот и детей оставшиеся без попечения родителей, находящиеся под опекой (попечительством) 1-4 классы (посещают группу продленного дня);
- для обучающихся 5-11 классов (второй прием пищи) с ограниченными возможностями здоровья, осваивающих образовательные программы в муниципальных общеобразовательных организациях Балашовского муниципального района (посещают группу продленного дня);
- для обучающихся 5-11 классов (второй прием пищи) с ограниченными возможностями здоровья, осваивающих образовательные программы в муниципальных общеобразовательных организациях Балашовского муниципального района (не посещают группу продленного дня)

Неделя 1 День 1	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетич еская ценность	Рецепт ура№	Цена
	Борщ из свежей капусты	1/200	2,26	4,14	8,75	88	82	11,46
	Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		4,27
	Булочка сдобная	1/40	3,1	1,89	18,84	104,8	421	5,00
	Чай с сахаром	1/200	0,53	0,0	9,47	40	376	4,27
Итого:								25,00
Неделя 1 День 2	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетич еская ценность	Рецепт ура№	Цена
	Суп картофельный с крупой (гречка)	1/215	2,55	2,54	10,42	79,12	101	11,46
	Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		4,27
	Булочка сдобная	1/40	3,1	1,89	18,84	104,8	421	5,00
	Чай с сахаром	1/200	0,53	0,0	9,47	40	376	4,27
Итого:								25,00
Неделя 1 День 3	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетич еская ценность	Рецепт ура№	Цена
	Суп картофельный с бобовыми	1/240	6,23	5,3	22,3	148,32	102	7,19
	Хлеб пшеничный в/с	2/25	5,34	2,34	21,84	137		8,54
	Булочка сдобная	1/40	3,1	1,89	18,84	104,8	421	5,00
	Чай с сахаром	1/200	0,53	0,0	9,47	40	376	4,27

«СОГЛАСОВАНО»

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МАОУ «СОШ № 7 г. Балашова
Саратовской области»

Индивидуальный предприниматель Поляков А.М.

Н.Н. Шехматова

А.М. Поляков

« 01 » апреля 2025 года

« 01 » апреля 2025 года

Примерное десятидневное меню для школ города Балашова

- для обучающихся 5-11 классов детей инвалидов, детей-сирот и детей оставшиеся без попечения родителей, находящиеся под опекой (попечительством) (не посещают группу продленного дня);
- для обучающихся 5-11 классов детей из малолетних семей, детей из семей, находящихся в социально-опасном положении (не посещают группу продленного дня);
- для обучающихся 5-11 классов детей из многодетных семей (не посещают группу продленного дня)

1 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Борщ из свежей капусты	1/200	2,26	4,14	8,75	88	82	11,46
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		4,27
чай с сахаром	1/200	0,53	0,0	9,47	40	376	4,27

Итого: 20,00

2 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с крупой (гречка)	1/215	2,55	2,54	10,42	79,12	101	11,46
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		4,27
чай с сахаром	1/200	0,53	0,0	15,0	58	376	4,27

Итого: 20,00

3 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с бобовыми	1/240	6,23	5,3	22,3	148,32	102	7,19
Хлеб пшеничный в/с	2/25	5,34	2,34	21,84	137		8,54
чай с сахаром	1/200	0,53	0,0	9,47	40	376	4,27

Итого: 20,00

4 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	3,69	3,09	17,46	124,5	103	7,19
Хлеб пшеничный в/с	2/25	5,34	2,34	21,84	137		8,54
чай с сахаром	1/200	0,53	0,0	9,47	40	376	4,27

Итого: 20,00

5 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Щи из свежей капусты с картофелем	1/220	2,43	4,58	6,95	84,48	88	11,46
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		4,27
чай с сахаром	1/200	0,53	0,0	9,47	40	376	4,27

Итого: 20,00

6 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с крупой (гречка)	1/230	2,73	2,72	11,14	84,64	101	11,46
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		4,27
чай с сахаром	1/200	0,53	0,0	9,47	40	376	4,27

Итого: 20,00

7 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Щи из свежей капусты с картофелем	1/220	2,43	4,58	6,95	84,48	88	11,46
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		4,27
чай с сахаром	1/200	0,53	0,0	9,47	40	376	4,27

Итого: 20,00

8 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с бобовыми	1/240	6,23	5,3	22,3	148,32	102	7,19
Хлеб пшеничный в/с	2/25	5,34	2,34	21,84	137		8,54
чай с сахаром	1/200	0,53	0,0	9,47	40	376	4,27

Итого: 20,00

9 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	3,69	3,09	17,46	124,5	103	11,46
Хлеб пшеничный в/с	2/25	5,34	2,34	21,84	137		4,27
чай с сахаром	1/200	0,53	0,0	9,47	40	376	4,27

Итого: 20,00

10 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с крупой	1/215	2,55	2,54	10,42	79,12	101	11,46
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		4,27
чай с сахаром	1/200	0,53	0,0	9,47	40	376	4,27

Итого: 20,00

«СОГЛАСОВАНО»

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МАОУ «СОШ № 7 г. Балашова
Саратовской области»

Индивидуальный предприниматель Поляков А.М.

Н.Н. Шехматова

А.М. Поляков

« 01 » апреля 2025 года

« 01 » апреля 2025 года

Примерное десятидневное меню для школ города Балашова

- для обучающихся 1-4 классов из многодетных семей; из малоимущих семей; детей из семей, находящихся в социально-опасном положении (посещающих группу продленного дня)

1 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Борщ из свежей капусты	1/170	1,36	3,54	8,84	72,08	82	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		4,00

Итого: 14,00

2 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с крупой(гречка)	1/195	1,95	2,23	14,21	90,48	101	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		4,00

Итого: 14,00

3 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с бобовыми	1/235	5,81	5,13	20,79	155,24	102	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		4,00

Итого: 14,00

4 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с макаронными изделиями	1/200	2,16	2,32	7,92	61,6	103	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		4,00

Итого: 14,00

5 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Щи из свежей капусты с картофелем	1/170	1,36	3,54	8,84	72,08	88	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		4,00

Итого: 14,00

6 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с крупой (гречка)	1/195	1,95	2,23	14,21	90,48	101	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		4,00

Итого: 14,00

7 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Щи из свежей капусты с картофелем	1/170	1,36	3,54	8,84	72,08	88	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		4,00

Итого: 14,00

8 ДЕНЬ

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с бобовыми	1/190	4,7	4,15	16,81	125,51	102	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		4,00

Итого: 14,00

9 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с макаронными изделиями	1/200	2,16	2,32	7,92	61,6	103	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		4,00

Итого: 14,00

10 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Рецептура №	Цена
Суп картофельный с крупой	1/195	1,95	2,23	14,21	90,48	101	10,00
Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		4,00

Итого: 14,00

Итого:								25,00
Неделя 1 День 4	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетич еская ценность	Рецепт ура №	Цена
	Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	3,69	3,09	17,46	124,5	103	7,19
	Хлеб пшеничный в/с	2/25	5,34	2,34	21,84	137		8,54
	Булочка сдобная	1/40	3,1	1,89	18,84	104,8	421	5,00
	Чай с сахаром	1/200	0,53	0,0	9,47	40	376	4,27
Итого:								25,00
Неделя 1 День 5	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетич еская ценность	Рецепт ура №	Цена
	Щи из свежей капусты с картофелем	1/220	2,43	4,58	6,95	84,48	88	11,46
	Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		4,27
	Булочка сдобная	1/40	3,1	1,89	18,84	104,8	421	5,00
	Чай с сахаром	1/200	0,53	0,0	9,47	40	376	4,27
Итого:								25,00
Неделя 2 День 6	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетич еская ценность	Рецепт ура №	Цена
	Суп картофельный с крупой	1/230	2,73	2,72	11,14	84,64	101	11,46
	Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		4,27
	Булочка сдобная	1/40	3,1	1,89	18,84	104,8	421	5,00
	Чай с сахаром	1/200	0,53	0,0	9,47	40	376	4,27
Итого:								25,00
Неделя 2 День 7	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетич еская ценность	Рецепт ура №	Цена
	Щи из свежей капусты с картофелем	1/220	2,43	4,58	6,95	84,48	88	11,46
	Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		4,27
	Булочка сдобная	1/40	3,1	1,89	18,84	104,8	421	5,00
	Чай с сахаром	1/200	0,53	0,0	9,47	40	376	4,27
Итого:								25,00
Неделя 2 День 8	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетич еская ценность	Рецепт ура №	Цена
	Суп картофельный с	1/240	6,23	5,3	22,3	148,32	102	7,19

	бобовыми							
	Хлеб пшеничный в/с	2/25	5,34	2,34	21,84	137		8,54
	Булочка сдобная	1/40	3,1	1,89	18,84	104,8	421	5,00
	Чай с сахаром	1/200	0,53	0,0	9,47	40	376	4,27
Итого:								25,00
Неделя 2	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетич еская ценность	Рецепт ура№	Цена
День 9	Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	3,69	3,09	17,46	124,5	103	11,46
	Хлеб пшеничный в/с	2/25	5,34	2,34	21,84	137		4,27
	Булочка сдобная	1/40	3,1	1,89	18,84	104,8	421	5,00
	Чай с сахаром	1/200	0,53	0,0	9,47	40	376	4,27
Итого:								25,00
Неделя 2	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетич еская ценность	Рецепт ура№	Цена
День 10	Суп картофельный с крупой	1/215	2,55	2,54	10,42	79,12	101	11,46
	Хлеб пшеничный в/с	1/25	2,67	1,17	10,92	68,5		4,27
	Булочка сдобная	1/40	3,1	1,89	18,84	104,8	421	5,00
	Чай с сахаром	1/200	0,53	0,0	9,47	40	376	4,27
Итого:								25,00